



## Komplexní psychologická péče na Gynekologicko-porodnické klinice FN Plzeň

### Onkogynekologie:

- Provázení léčbou – adaptace na oznámení závažného onemocnění.
- Podpora rodinných příslušníků, kteří situaci mnohdy snáší hůře než pacient.
- Krizová intervence při stavech úzkosti a panických atakách, které se vyskytují před operací.
- Řešení otázek sexuality a dalšího intimního soužití s partnerem po hysterectomii a adnexectomii.
- Provázení léčebným procesem chemoterapie:
  1. **Praktické informace k přípravě před chemoterapií** – v dostatečném předstihu zakoupení paruky, zakoupení vhodné obuvi, zajištění pomoci na první týden po chemoterapii - jídlo, úklid, nákupy.
  2. **Podpora rehabilitačního přístupu ke zvládnutí chemoterapie:** nácvik cévní gymnastiky – prevence otoků, léčebné tělesné výchovy při bolestech zad, nácvik relaxace při zhoršení stavu psychiky nebo při poruchách spánku. Vyhledání lehké sportovní činnosti pro podporu kardio-pulmonálního systému: nordic walking, lehká turistika.
  3. Seznámení s podpůrnými metodami ke zvládnutí onemocnění:
    - **Systém malých kroků:** který se orientuje na tady a teď namísto plánování a přemýšlení o daleké budoucnosti.
    - **Systém malých radostí:** plánování krátkých pozitivních aktivit, které podpoří psychiku a nezpůsobí zvětšení únavy při chemoterapii: káva s přáteli, krátký výlet do města, návštěva kina.
- Psychologické provázení změnou identity při závažném onemocnění.  
Příklad: ztráta dělohy a s ní spojená změna role ženy a prožívání ženství.

### Porodnictví:

- Ambulantní péče: duševní obtíže v těhotenství: úzkosti, depresivní stavy, existenční problémy, partnerské krize.
- Krizová intervence a terapie duševních obtíží vzniklých po porodu: panické ataky, úzkostné stavy, depresivní poruchy nálady, adaptační potíže na mateřskou roli – odmítání dítěte.
- Zpracování traumatických vzpomínek při komplikovaném porodu.
- Psychologické provázení rodičů a prarodičů při úmrtí plodu během těhotenství, v průběhu porodu nebo po porodu.
- Psychologická pomoc při adaptaci na závažné onemocnění či mentální, fyzické postižení narozeného dítěte. Řešení problémů v rámci rodinné komunikace: partner-partnerka, babičky, dědečkové – maminka.

- Posttraumatická stresová porucha vzniklá po porodu, IVF či potratu.

#### **Riziková těhotenství:**

- Podpora při zvládnání stresu z dlouhodobé hospitalizace a adaptace na rizikové těhotenství.
- Podpora při zvládnání stresu z odloučení od dítěte, které zůstalo doma s druhým rodičem.
- Psychologické provázení při IVF – psychické zpracování neúspěšných pokusů nebo potratů v pozdějším stádiu těhotenství.
- Rodinná terapie při partnerském nesouladu vzniklém při stresu po absolvování IVF.

#### **Ambulantní péče:**

- Poskytování rodinné terapie.
- Psychoterapie: úzkostí, depresivních nálad, adaptace na závažné onemocnění.
- Psychologická podpora pro rodinné příslušníky při úmrtí dítěte, onemocnění matky po porodu nebo při onemocnění ženy onkologickým onemocněním.
- Provázení žen obdobím truchlení po úmrtí plodu, hledání různých forem rozloučení a podpora postupné akceptace bolestné ztráty.
- Léčba sexuálních dysfunkcí u žen: odpor k sexualitě, strach z pohlavního styku po porodu, změna v sexuálním životě po onkologických onemocněních atd.

Nezůstávejte se svým problémem sami.

Jsme tu pro Vás!